


 УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Ефимова Н.Г.)
 16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценн ость
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		365.00	8.77	12.30	46.36	331.19
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	39	0,67	3,38	2,02	38
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	179	3,33	3,96	5,57	78,75
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ СВИНИНЫ С РИСОМ	60	12,43	26,75	3,62	290,56
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65	
Итого за обед		647.00	21.79	40.17	50.01	658.20
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	38	2,12	6,82	6,23	94,61
	ОМЛЕТ ЗАПЕЧЕННЫЙ С СЫРОМ	130	14,17	15,34	2,02	202,8
	БАТОН	25,78	1,55	0,26	13,25	61,36
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		373.78	18.64	23.42	32.91	402.83
Итого за день		1798.78	57.01	81.90	179.95	1682.34
Среднее значение за период		1798.78	57.01	81.90	179.95	1682.34

Исполнитель: Медсестра  (Танатарова Е.М.)
 Шеф-повар:  (Парфенова И.Н.)